

## MädchenWohngruppen

Ein Zuhause für Mädchen im Alter von 13 bis 21 Jahren

In Absprache mit dem Jugendamt und deinen Sorgeberechtigten kannst du bei uns wohnen,

- wenn du in deiner Familie nicht mehr leben kannst oder willst,
- wenn du Schutz vor Schlägen, massiven Beschimpfungen oder sexuellen Übergriffen brauchst,
- wenn du ein neues Zuhause suchst, wo du dich wohlfühlen kannst,
- wenn du nach einem Klinikaufenthalt zur psychischen Stabilisierung weitere Unterstützung zur Gesundheit benötigst.

In der Wohngruppe kannst du mit den Mitarbeiterinnen über deine Probleme und Ängste reden. Wir nehmen uns Zeit für dich und unterstützen dich bei deiner Schul- und Berufsausbildung.

Bei uns ist Platz für deine Träume und Zukunftspläne.

[www.maedchenhaus-mainz.de](http://www.maedchenhaus-mainz.de)

## Wohngruppe GeLina für Mädchen mit Essstörung

Hilfe und Unterstützung bei der Überwindung einer Essstörung

In Absprache mit dem Jugendamt und deinen Eltern oder Sorgeberechtigten kannst du bei uns wohnen, wenn du an einer Essstörung (*Anorexia nervosa*, *Bulimia nervosa*) leidest und du diese Essstörung überwinden und wieder gesund werden willst.



In unserer Wohngruppe Essstörungen geben wir dir die Möglichkeit, neue Kraft zu tanken und nach einem ersten Sieg über die Essstörung allmählich gesund zu werden. Dazu erhältst du pädagogische und therapeutische Unterstützung.

Bei uns kannst du gesund werden!

[www.maedchenhaus-mainz.de](http://www.maedchenhaus-mainz.de)

## Betreutes Wohnen

Eine Hilfe für Mädchen und junge Frauen ab 16 Jahren

Ins Betreute Wohnen kannst du in Absprache mit dem Jugendamt und deinen Sorgeberechtigten aufgenommen werden,

- wenn du zu Hause nicht mehr leben kannst,
- wenn du aus einer betreuten Wohngemeinschaft in eine eigene Wohnung umziehen kannst,
- wenn du noch Unterstützung beim Leben in der eigenen Wohnung brauchst.

Wir helfen dir nicht nur bei der Wohnungssuche und -einrichtung, bei Behördengängen und beim Bewältigen des Alltags, sondern auch bei der Planung und Gestaltung deiner Zukunft. Wir unterstützen dich dabei, dein Leben eigenständig zu meistern.

Auf in ein eigenes Leben!

[www.maedchenhaus-mainz.de](http://www.maedchenhaus-mainz.de)

## Betreutes Wohnen für Mutter und Kind

Eine Hilfe für schwangere junge Frauen und Mütter ab 16 Jahren

Ins Betreute Wohnen für Mutter und Kind kannst du in Absprache mit dem Jugendamt und deinen Sorgeberechtigten aufgenommen werden,

- wenn du schwanger bist und Unterstützung bis zur Geburt benötigst,
- wenn du Unterstützung für dich und dein Kind brauchst.

Wir begleiten dich während der Schwangerschaft bis zur Entbindung. Nach der Geburt unterstützen wir dich bei der Versorgung und Erziehung deines Kindes. Wir helfen dir bei der Bewältigung deines Alltags mit Kind und unterstützen dich beim Aufbau einer stabilen Beziehung zu deinem Kind.

Unterstützung für dich und dein Kind!



[www.maedchenhaus-mainz.de](http://www.maedchenhaus-mainz.de)

## Soziale Gruppenarbeit

Unterstützung und Hilfe für Mädchen ab 12 Jahren und junge Frauen

Die Soziale Gruppenarbeit bietet dir – in Absprache mit dem Jugendamt und deinen Sorgeberechtigten – einmal wöchentlich die Möglichkeit, in einer kleinen Gruppe zu lernen ...

- selbstbewusster zu werden,
- dich mit dir und deinem Körper wohl zu fühlen,
- mit Ärger und Wut besser umzugehen,
- stabile Beziehungen zu anderen (Freunden und Familie) aufzubauen und
- mit Stress, Sorgen und Problemen klarzukommen.

Außerdem kannst du mit anderen Mädchen zusammen tolle Aktionen erleben und bekommst Ideen für deine Freizeit.

In und mit der Gruppe lernen!



[www.maedchenhaus-mainz.de](http://www.maedchenhaus-mainz.de)

## Erziehungsbeistandschaft/ISE

Unterstützung für Mädchen ab 12 Jahren sowie für ihre Eltern

Erziehungsbeistandschaft kannst du in Absprache mit dem Jugendamt und deinen Sorgeberechtigten bekommen,

- wenn du ständig Streit mit deinen Eltern hast, dich unverstanden fühlst,
- wenn du zu Hause oder in der Schule nicht mehr klarkommst.

Als intensive Hilfe (ISE) ist eine Betreuung auch möglich,

- wenn du eine ganz neue Lebensperspektive brauchst,
- deine Schulsituation oder der weitere berufliche Weg mit dir entwickelt werden muss.

Wir hören dir zu und nehmen uns Zeit für dich. Wir unterstützen dich bei der Suche nach Lösungen für deine Probleme und entwickeln gemeinsam mit dir Perspektiven.

Das MädchenHaus Mainz GmbH



- MädchenBeratung und OnlineBeratung
- MädchenTreff
- MädchenZuflucht
- PsychotherapiePraxis
- MädchenWohngruppen
- Wohngruppe für Mädchen mit Essstörung
- Betreutes Wohnen
- Betreutes Wohnen für Mutter und Kind
- Soziale Gruppenarbeit
- Erziehungsbeistandschaft/ISE

[www.maedchenhaus-mainz.de](http://www.maedchenhaus-mainz.de)

## MädchenBeratung

Beratung für Mädchen und junge Frauen  
im Alter von 12 bis 27 Jahren

Hier gibt es Unterstützung, wenn du Sorgen oder Probleme hast, zum Beispiel

- wenn es Ärger zu Hause gibt,
- wenn du Krach mit deiner Freundin / deinem Freund hast,
- wenn es Schwierigkeiten in der Schule oder am Arbeitsplatz gibt,
- wenn du traurig bist oder dich einsam fühlst,
- wenn du Gewalt oder sexuellen Übergriffen ausgesetzt bist,
- wenn du Probleme mit dem Essen hast und du deinen Körper nicht magst,
- wenn es dir schlecht geht, du aber gar nicht so genau weißt, was mit dir los ist.

**Einfach anrufen und einen Termin vereinbaren,  
die Beratung ist kostenlos und vertraulich.**

## OnlineBeratung

Beratung für Mädchen und junge Frauen  
im Alter von 12 bis 27 Jahren

Du kannst dich gerne an uns wenden,

- wenn du dich mit deinen Sorgen und Ängsten alleine fühlst.
- wenn es dir schwer fällt, deine Gedanken und Gefühle zu sortieren.
- wenn du nicht weißt an wen du dich mit deinen Fragen und Problemen wenden kannst.



Wir sind für dich da!

Wir suchen gemeinsam mit dir  
nach Lösungen!

Wir behandeln alle deine Infor-  
mationen vertraulich!

**Wenn du lieber schreibst  
als redest**

[www.onlineberatung-  
maedchenhaus-mainz.de](http://www.onlineberatung-maedchenhaus-mainz.de)

## MädchenTreff

MädchenTreff für Mädchen ab 10 Jahren

Bist du ein Mädchen im Alter von 10 bis 18 Jahren?

Kannst du schon alles Wichtige am PC?

Möchtest du Spaß mit anderen Mäd-  
chen haben? Denkst du gerade über  
deine Zukunft nach? Orientierst  
du dich beruflich? Brauchst du  
Hilfe bei deinen Hausaufgaben?

- Wir lernen, kochen, feiern, tanzen, spielen und surfen mit dir.
- Wir haben sechs Computer zum Surfen, Recherchieren, Chatten und Erledigen der Hausaufgaben.
- Wir können dich beim Schreiben von Bewerbungen unterstützen.
- Wir besuchen tolle Veranstaltungen mit dir.
- Wir haben ein offenes Ohr für dich.
- Wir bieten eine Hausaufgabenbetreuung an.



**Einfach in der Raimundstraße 2 vorbeikommen,  
von Montag bis Freitag ist der Treff für dich geöffnet!**

Fon 0 61 31/61 30 69

## MädchenZuflucht

Vorübergehende Wohnmöglichkeit  
für Mädchen im Alter von 13 bis 21 Jahren

Zu uns kannst du kommen,

- wenn du geschlagen und/oder massiv beschimpft wirst,
- wenn du gegen deinen Willen angefasst oder sexuell missbraucht wurdest oder wirst,
- wenn du gegen deinen Willen ins Heimatland deiner Eltern gebracht oder verheiratet werden sollst,
- wenn du Angst hast und/oder nicht mehr weiterweißt,
- wenn du zu Hause nicht mehr leben kannst.

In der Zuflucht hast du Zeit zum Nachdenken und kannst in Ruhe überlegen, wie es weitergehen soll. Wir helfen dir bei der Entwicklung einer neuen Lebensperspektive.

Der Aufenthalt ist freiwillig, und die Adresse ist geheim.

**Wir sind Tag und Nacht erreichbar!**

Notruf 0 61 31/23 01 81

## PsychotherapiePraxis

Psychotherapeutische Behandlung  
für Mädchen von 6 bis 18 Jahren

Psychotherapie bedeutet „die Seele heilen“:

Hier kannst du über deine Sorgen und Gefühle reden.

- Du bekommst Unterstützung bei der Bearbeitung deiner Konflikte und der Suche nach Lösungen.
- Lerne, dich zu entspannen, und tanke neue Kraft.
- Überwinde deine Ängste!
- Werde selbstbewusster!



Auf dem Weg aus deiner Krise begleiten dich Psychotherapeutinnen, die speziell dazu ausgebildet sind, Kinder und Jugendliche zu unterstützen. Die Therapie zahlt deine Krankenkasse. Ruf in der Praxis an, und vereinbare einen Termin!

**Geh mit neuem Mut deinen Weg!**

Fon 0 61 31/4 87 50 07

## Wo du uns findest

MädchenHaus Mainz

① MädchenTreff und  
MädchenBeratung:  
Raimundstraße 2

② PsychotherapiePraxis:  
Heidelbergerfaßgasse 14

③ Ambulante Hilfen:  
Rheinallee 40



Das MädchenHaus Mainz  
gGmbH

**MädchenTreff und  
MädchenBeratung**  
Raimundstraße 2  
55118 Mainz

**PsychotherapiePraxis**  
Heidelbergerfaßgasse 14  
55116 Mainz

**Ambulante Hilfen**  
Betreutes Wohnen,  
Betreutes Wohnen für Mutter und Kind,  
Erziehungsbeistandschaft,  
soziale Gruppenarbeit,  
intensiv sozialpädagogische Einzelbetreuung  
Rheinallee 40  
55118 Mainz

siehe Stadtplan links



[www.maedchenhaus-mainz.de](http://www.maedchenhaus-mainz.de)

Fon 0 61 31/61 30 68